



みなみひの保育園  
令和5年6月吉日

梅雨の訪れを感じつつ、晴れ間が見えた日には外遊びをして元気に遊んでいます。気温が上がり、半袖で過ごせる日も増えてきました。衣類の調整を行いながら、元気に過ごしていきたいと思います。

たくさん遊んで、たくさん食べて、夏バテ知らずの元気な夏を過ごしましょう。

## 食中毒を予防しよう

食中毒が発生しやすくなっています。子どもたちの健康を守るためにも、この時期はご家庭でも、いつもより衛生的に過ごすように心がけてください。

### 予防のポイント

- 1 新鮮な食材を使う。調理してから時間がたったものは食べない
- 2 魚や肉は十分に火を通す
- 3 賞味期限や冷蔵庫を過信しない
- 4 まな板や包丁などはまめに熱湯消毒や漂白剤で殺菌する
- 5 調理前や食事の前、トイレの後にはせっけんで手指を洗う
- 6 手指に傷がある場合はブドウ球菌に感染しやすいので注意する



## 日射病 熱射病に 注意

外で強い日ざしにさらされて起こるのが日射病、蒸し暑い所に長時間いて起こるのが熱射病。総称して熱中症といえます。

### 予防のポイント

#### 炎天下であそばない

日ざしが強いのは、午前10時ごろ～午後2時ごろ。この時間帯の外あそびは30分ほどで切り上げて。

#### ベビーカーは短時間で

ベビーカーは、アスファルトの照り返しで熱がこもります。長時間の移動は避けましょう。

#### 外と家との温度差に注意

涼しい室内から急に気温の高い外に出ると、体力が奪われて危険です。

#### 子どもを一人にしない

子どもを車や部屋に一人で残さないで。クーラーをつけていても危険です。

#### つばの広い帽子をかぶる

頭だけでなく、後頭部や首も、日光から守りましょう。

#### こまめな水分補給

少量の水分を30分を目安に、こまめに飲ませます。



雨の日の「ヒヤリ」事故を防ぐために

雨の日は事故が起きやすくなります。

大きな事故になっていなくても「ヒヤリ」とした経験があるのでは？

～レインシューズをはく～

転倒を防ぐため、すべりにくい加工がされたものを選びましょう。

～カサや衣服を派手な色にする～

車との事故を防ぐため、蛍光色・パステルカラー

など、目立つ色の服を着ましょう。



6月8日(木)

歯科検診があります。

朝の歯みがきと9:00までの登園にご協力をお願いします。

